２０１７年８月

ガンと闘っている

げんじあきら

目次

２０１７年5月８日１００−７が答えられなかった

○『２０１７年５月ガン患者になった』

２０１７年５月８日の早朝。病院の少ない階段を上るのに１回休んだ。１００−７は93なのだが、私はずっと考えても答えが出なかった。ＩＣＵに運ばれた。３日目に、悪性リンパ腫というガンだと告げられた。ＳＴ４。
先生も、わけのわからな病気で死にそうになっているわけのわからないオトコ老人を必死で助けようとしてＩＣＵからあっちこっち検査に連れて行った。
ここからガンと闘うことになった。

○２０１７年６月**22**日３回目の治療入院から２０１７年７月**27**日４回目の退院

○『２０１７年７月ガンと戦っている』

２０１７年７月29日

○４回目の退院・小平の１日目
２０１７年７月29日土曜日。６時13分。晴れている。小平の３日目である。
昨日の小平の２日目は『２０１７年７月ガンと闘っている』をまとめて公開した。
私の闘いが参考になってくれる人が１人でもいたら幸いである。
そして１９９２年から長期にわたって書いている『わたしと私』に手をつけた。ＭＡＣで書いていて病院に持ち込めない。わたしと私の日記風に書いているので、滞ってしまう。６月20日から今日は書こうと思う。
焦らないで追いつきたい。
昨日の10時のスーパーマケットでの買い物は、晩ごはんのレバーとニラと野菜を買った。糠漬けが緩くなってしまったので糠を買って固くした。キムチはダイコンを漬けた。
歩行は、５時と17時に１キロとスーパーマーケットの１キロの３キロだった。なんともない。
今朝体重５５・４　３６・３　１３０−71　ベビーチーズを食べて１キロ散歩をしてきた。そして大量うんち。そして今これを書いている。
さわやかな散歩だったがうっすら汗である。
２０１７年７月30日日曜日。６時13分。小雨。小平の４日目である。
昨日17時の楽しみしていた散歩は大雨で止めた。今朝もまだ霧雨なのだが１キロ歩いてきた。果樹園を一周するかのような１キロなのでさわやか。
霧雨で呼吸がラクで歩行も快調。
５時の今朝体重５５・７　３６・２　１１４−70　うんち　ベビーチーズとソーセージを食べた。
10時のスーパーマーケットへの買い物の時間の雨が気にかかる。
昨日晩ごはんはカレーライスをやった。豚肉を大量にした。
毎日10時に今日のお昼と晩の食材を買っている。１週間まとめ買いをしてい

たのを止めた。
ハナからこうすればよかった。
２０１７年７月31日月曜日。５時54分。晴れてさわやか。小平の５日目である。果樹園の梨が日に日に大きくなっている。１キロ散歩してきた。今朝体重５６・０　３６・０　１３１－74　うんち。
昨日晩ごはん、サバをフライパンで焼いてカボチャを煮た。病院ではカボチャが何度も出ていた。甘くてすごくおいしい。キムチと糠漬けをやっているが、昨日はダイコンの糠漬けにした。おいしい。乳酸菌を欠かさないようにしよう。
２日前から、22時30分にスマホのアラームで起きるようにしている。寝る前のクスリを飲むためだ。小平に帰ると19時30分に寝るので寝る前のクスリを飲まないことが多い。入院していると看護師さんが起こしてくれる。
クスリケースも買ってきて小平でも完璧にクスリを飲んでいる。
２０１７年８月１日火曜日。５時45分。薄曇り。小平の６日目である。
私が飲んでいるクスリは、寝る前のウイルス感染薬と夕食後の細菌の感染を抑えるクスリと胃酸の分泌を抑えるクスリで、ずっと毎日変わりがない。
他に胃酸を抑えて便通を促すクスリは、私の抗がん剤による副作用の便秘と関わっている。今回の小平では、夕食後に１錠飲んできて便通は快適である。
なんといっても、抗がん剤の副作用の白血球の低下が起こるので、ウイルスや細菌に関するクスリが大事になるのだろう。
今は夏なので、風邪が多く、病院でも肺炎の人が多かった。
ガン患者が肺炎になると、先に肺炎を治療することになるので、メンドーなことになる。
私はまだウイルスも細菌ももらっていない。
ガンとの闘いに集中できている。
昨日は、私だけの食事なのでスーパーマーケットに行かなかった。激安店で牛乳と卵とパンとポンプの手洗いソープを買った。
お昼は冷やし中華で夜は、冷凍庫のモツと鶏肉と野菜の混ぜご飯にした。ドンブリいっぱいになってしまったが完食した。
今朝体重５６・３　３６・２　１３４－72　あんなに食べたら体重が増え

る。

朝体重55キロ台を維持したいのだが。

１キロ散歩してきた。果樹園の梨が更に大きくなっている。

２０１７年８月２日水曜日。５時48分。晴れ。小平の７日目である。

昨日は息子が晩ごはんをつくるので10時の買い物に行かなかった。豚肉と野菜のトマト風味の汁物だった。

豚肉をたっぷり食べた。

今日は、外来検診である。９時に病院で採血をして10時に問診がある。

１時間で血液検査の結果がわかるのだろうか。

もしかしたらこの病院はなんでも素早いから１時間で結果を出せているのかもしれない。

白血球の結果がどうなっているのか私も興味深い。カリウムやタンパクはどうなっているのだろうか。

４回目の退院で小平の１週間は今日で終って、明日は５回目の入院になる。

今朝１キロ散歩してきた。ウンチ大量、５５・８　３６・１　１１７－77

今朝の体調は上々のようだ。

２０１７年8月3日

○５回目の入院

２０１７年８月３日木曜日。５時50分。晴れ。小平の８日目で５回目の入院の１日目である。

５６・５　３５・９　１２２－66　うんち　１キロ歩いてきた。毎日散歩のたびに果樹園の梨が大きくなるのを見ていた。もし５回目の退院ができれば、果樹園では梨の販売をしているだろう。

昨日の採血の結果は、白血球もカリウムもタンパクも、みんな基準内に入っていた。小平の１週間は、クスリも完璧に飲んだし、手洗いマスクを欠かさなかった。

19時30分に寝て５時に起きる生活も欠かさなかった。

ただ、猛烈な食欲なので、体重が目標の55キロ台を１キロ越えてしまった。

今日入院の１日目に私がヒマなこともあるが、昔の友人がやってくる。

２０１７年８月４日金曜日。５時22分。曇り。５回目の入院の２日目である。

昨日昔の仲間がやってきた。

入院初日でヒマである。

私が56キロもあるので驚いていた。

彼女は、げんじあきらをもっとも多く読んでいる人なので、げんじあきらの作品に話しが及ぶと、もう尽きなくなってしまう。お母さんだし私のシャワーの時間もあって１時間で切り上げげた。

楽しかった。

今朝体重５５・８また55キロ台に戻った。うんち。

今日から抗がん剤治療がはじまる。

辛いわけではないが緊張する。

私の場合は、便秘という副作用が心配である。

今日も快調のように感じる。

２０１７年８月５日土曜５時46分曇り５回目の入院の３日目。昨日は４つの

抗がん剤が身体に入った。ガンと闘ってくれたのだろう。私は今朝までオシッコに忙しかった。あまり眠っていない。気分も優れない。それでも今朝体重が57キロあって、抗がん剤が壊した粉砕したガンを排出できていない。
昨日夕方近くになって、点滴が漏れた。静脈から外れたことだ。一気に腫れて膨らんだ。すぐに点滴を止めて先生である。
左手から針を抜いて新たに右手に入れた。漏れて腫れた点滴液は、身体が処理して尿として排出するのだそうだ。身体はよくできている。腫れた部分は、今朝は余り気にならなくなっている。
今日は、苦手な抗がん剤が２つある。
気分が優れないのは私の勝手だろう。身体はガンと闘っている。
うれしいことがある。抗がん剤初日から大量ウンチである。いつも副作用の便秘で困っていたのだ。６月28日などは、便秘による迷走神経反射で失神してしまった。これはうれしい。
２０１７年８月６日日曜５時33分曇り５回目の入院の４日目。
昨日は、２つの抗がん剤が身体に入った。
しかも一昨日の抗がん剤で粉砕したガンをオシッコですべて出せてなくて、朝体重が57キロあった。気分が優れなかった。昨日も終日気分が優れなかった。
そして15時30分の体重では、58キロになった。はじめて58キロ台になってしまった。
一昨日のオシッコの量は２６７０だったし昨日のオシッコの量は、４１５０である。これで体重が減ってなかったら、何か他のヤバイ事があるかもしれない。
今朝体重は５７・１だった。
やっと57キロまで戻ったが、まだ粉砕したガンを排出しきってはいないだろう。今日もオシッコの量が多くなるように水をたくさん飲もう。
気になることは、５時48分にまだウンチが出ないことだ。
しかし、私の気分は一昨日と昨日に較べたら雲泥の差がある。気分が良い。
野菜ジュースを飲みベビーチーズを食べた。
６時30分ウンチである。うれしい。体重も５７・０になった。
今日もガンバル。

２０１７年８月７日月曜５時29分晴れ５回目の入院の５日目。
昨日は点滴が午前中に外れて体がフリーになったのだが、飲みクスリの抗がん剤は午前と午後に飲んでいる。苦い。
昨日は久しぶりに廊下１００メートルを３回歩いた。それでも小平での３キロの１／10である。歩行の筋肉は調子がいいようだ。
昨日13時30分の体重が５８・５と最高になった。水を大量に飲んで昨日のオシッコの量は４４２０である。一昨日のオシッコの量の４１５０を越えている。
今朝体重は５６・６で久しぶりに56キロ台になった。55キロ台にしたいのだが。
今日もまだ飲みクスリの抗がん剤が入るので、体重は増えるかもしれない。水をたくさん飲もう。
私の腎臓は強靭らしい。私の粉砕したガン細胞や点滴や大量の飲み水を一気に処理してくれている。
もし腎臓が強靭でなかったら、抗がん剤を少なくしないとやっていけないだろう。素人にも少しはわかってきた。
今朝は、昨日よりも気分が良いのだが、うんちがウサギが５つになってしまった。５時45分。また便秘が怖くなるかもしれない。
17時30分から１階外来ホールで東京医療保健大学の浴衣の女性13人のサマーコンサートがあった。ピアノとフルート３本クラリネットとボーカルなどでAnother Day of Sun 明日があるさ　恋のバカンスなど　私は最初の生音を聴いたすぐになみだが溢れてしまった。
バンダナとマスクはしていたからマスクでなみだを吸収することできた。
悲しいわけでもないしうれしいわけでもない。
５月８日からずっとガンと闘っているのだ。癒してくれたと思う。ありがとう。
２０１７年８月８日火曜５時36分曇りだが晴れそうだ台風通り過ぎる雰囲気。５回目の入院の６日目。
昨日も飲みクスリの抗がん剤があって、体重が増えていた。16時に５７・８で利尿錠。昨日のオシッコは２６００で一気に少なくなったのに、今朝体重は５６・６だった。ホッとした。しかし今日まで飲みクスリの抗がん剤があ

るので、今日も体重が増えそうだ。
昨日は朝８時30分にウンチがあって、抗がん剤投入から昨日まで便秘の副作用は出ていない。５回の入院抗がん剤治療ではじめてである。
しかし今朝はまだウンチがありそうでない。心配は心配である。
オシッコで何度も夜中に起きているのだが、腰も痛かった。眠れない痛さではないが気になる痛さであった。座ったり歩いたりすると何もない。
私の骨髄が造血に忙しいからだと思う。
抗がん剤で白血球や赤血球が少なくなる造血作用が副作用を起こすのだが、私の骨髄は抵抗をはじめたのかもしれない。次回の血液検査で判明する。
いつもは、入院７日目くらいから白血球が下がっていくことがフツウのようで、私もそうなっていた。
さて、私の骨髄は、白血球注射しないで頑張るようになるのだろうか。そんな人はいないようなのだが。
２０１７年８月９日水曜５時25分晴れ５回目の入院の７日目。
昨日の薬剤師さん、抗がん剤副作用の便秘をこじらせると胃が圧迫されてごはんが食べたくなくなり体力を失ってガンに負けてしまうことがあるという話し。
私は、５月８日以来、入院でも小平に帰ってでも、食事を完食しなかったことが１度もない。食欲が旺盛である。病院では、食事の度に看護師さんが、完食したかどうかチェックして記録する。
ごはんが食べられなくなったら最後はガンに負けるのだろう。
昔、介護施設の水曜日の昼食を１年間視させていただいたことがある。介護士さんや口腔衛生の方達は、ごはんを食べてもらいたいのだが、なんらかの理由で少ししか食べなくなって、そして、「わたしもういい」と言った時点で、諦めるんだと感じた。生き残ることを諦めることだ。
薬剤師さんの話は説得力があった。
私の場合は、６月28日に、便秘による迷走神経反射で失神しているので、薬剤師さんや看護師さんは何度も便秘薬のコントロールを注意する。現在は、便秘のコントロールは私の役割である。
今朝体重５７・０少し多い。今朝２回のウンチなのだが、まだ大量ウンチではない。

オシッコもまだ出し切れていない。昨日のオシッコは２０００で更に少なくなった。まだ破壊したガンをオシッコで出し切っていない気がする。
朝体重が55台になってくれないといけない。
一昨日寝ていて腰が痛かった。私は白血球が副作用で落ち込む時期だから骨髄がガンバって血液を増産していると思った。
しかし、昨日は、腰が痛くなくなったし違和感もなくなった。勘違いだったかもしれないしホントだったかもしれない。次の血液検査でわかる。
２０１７年８月10日木曜５時24分曇り５回目の入院の８日目。
昨日13時30分の体重が５８・４もあって、ウンチは出ているのだがスッキリしなくて、オシッコも出し切れていない気がする。夕方から利尿錠と便秘錠を投入。両方とも、抗がん剤の投入以来続いているのだが、便秘錠は昨日は少し多くした。
昨日のオシッコの量は３２００で今朝うんちもあった。
今朝の体重は５６・３で、５回目の入院時と同じ体重になった。抗がん剤投与が終って副作用が減ってきている。体重を55台にしたい。
今日の13時30分の体重がどうなるか気になる。
私の酸素吸収量も98に戻って安定してきたし体温も血圧も私がカンで当たるようになった。
もしかしたら５回目の抗がん剤治療の副作用は今日で少なくなるかもしれない。
私はガンと闘っているのだがそれは何だろう。今日考えてみたい。
２０１７年８月11日木曜５時８分曇り５回目の入院の９日目。山の日のようだ。
私はガンと闘っているのだが、少し具体的にはそれは何だろう。
まず私を縛っているガンを解き放つことだ。これは先生や看護師さんや抗がん剤にしかできない。ここでの私の闘いは、多くの検査や処置に耐えられる体力を維持することだ。幸いなことに私は基礎体力が73歳にしては強いと言われている。だから厳しい抗がん剤治療に耐えられると。
私は、ごはんを完食しているが、ガンバって完食しているわけではない。食欲旺盛なのだ。
そして、廊下を歩いている。１５０を４回１日に歩いている。４５０だ。小

平に一時退院しているときは、１日３キロ歩いている。病院では場所がない。
なんといっても、私が体力を落とさないことがガンを解き放つ闘いだろう。
もう１つの闘いは、抗がん剤の副作用との闘いだろう。
２０１７年の抗がん剤は、ガンを攻撃するがガン以外の細胞も攻撃するので、様々な副作用を生むことになる。
髪はなくなってきているが、これはなんともない。
私にもっとも大事なことは、抗がん剤でガンを粉砕して私がオシッコとして粉砕したガンを排出しないといけない。もし私の腎臓がまいってしまったらそれでおしまいになる。
今のところわたしの腎臓は強靭のようだ。
そして私が夜中であってもオシッコの量と回数を計測する意欲を失ったら、それも困ってしまう。これも闘い。
そして便秘との闘いも大きい。
私の身体の様子と便秘薬を調整するのだが、今は、私がコントロールすることになっている。
コントロールを間違うと、私の場合は、迷走神経反射を起こして失神したことがあったので、看護師さんは注意していている。
薬剤師さんは、便秘で胃が圧迫されてごはんが食べられなくなって体力を失ってガンに負けてしまうと話した。
これも私の闘いである。
ガンの副作用にはたとえば口内炎であったり胃炎であったり様々ある。
しかし、私の場合は、いまのところ、排尿と排便以外では、副作用を感じてはいない。
しかし、ごはんがほしくなくなったら、一気に勝負はついてしまうだろうから、便秘といっても大事である。
気になっていたウンチがさっき５時に出た。ドバッというわけではないがとにかく出た。まだスッキリというわけでもない。
今朝体重は５６・６である。
多分、これから１週間は56キロや55キロを維持できると思う。これから体重減少の波になるのだが、食欲旺盛だから体重も減らないだろう。

２０１７年８月12日土曜５時19分雨５回目の入院の10日目。
昨日昔の仲間が大量のチーズと一緒に２人やってきた。チーズは、私の朝５時の４番目のごはんになっていてタンパクと体力維持の源泉にしている。ありがとう。
私の『２０１７年５月ガン患者になった』や『２０１７年７月ガンと闘っている』を読んでいて、しかもフェイスブックを毎日見ていて、私の現状をつぶさに理解していた。
これだと話しがズレない。
だいたい、ガンのＳＴ４だから、痩せて小さな声で話す状況をイメージしてやってくることが多い。
私はゼンゼン違う。大きな声で病院のおもしろい出来事でフェイスブックに書けないことを話す。
３人でけっこう笑った。
私は、次回６回目の治療は通院治療になるだろう。小平から立川までは遠くないので電車で通院してみようと思う。
今朝体重５６・２ウンチが３時と５時。今日頃から来週木曜日くらいまでは体重減少のサイクルになる。とりあえず体重が減ってよかった。
２０１７年８月13日日曜５時10分晴れ５回目の入院の11日目。
昨日から白血球が副作用で落ちている気がする。白血球の注射をしていて２日目である。17日５回目の退院予定なのだが白血球が落ち込んだままだと退院できないかもしれない。
今朝体重５５・９でやっと55キロ台に戻った。これから体重減少の波なのだが、大きく落ち込むことはないだろう。昨日のオシッコは１９００だった。グッド。今朝４時にウンチ。これから５回目の退院までは白血球数値が気になるのだろう。
２０１７年８月14日月曜５時28分曇り５回目の入院の12日目。
昨日夜中には左脚スネ付近がケイレンした。大量のオシッコを出している。ミネラルバランスが崩れてもおかしくはない。水が足りないのか塩が足りないのかわからない。マッサージしていたら戻った。これもどこにも書いてないが副作用だろう。
今朝５時10分うんち体重５５・３体重減少の波。水とバナナとチーズを食べ

て書いている。野菜ジュースが欲しいがまだ玄関が開いていない。
明日は54キロ台かもしれないが一気に下がることはない気がする。今日採血して白血球の検査をする。白血球の注射をしているが、白血球が多くなっているかどうか気になる。
２０１７年８月15日火曜５時27分曇り５回目の入院の13日目。昨日の血液検査。白血球、カリウム、タンパク、ナトリウム、私に常に問題となるいくつかが基準内だった。そして、その他の検査項目も基準内で、こんなキレイな私の検査結果報告書を見たことがない。
５月ごろは看護師さんに検査報告書の見方を聞いていた。私のポイントを聞いていた。
私だけではないが、みなさん、白血球が副作用で減少してウイルスや細菌に侵されることが多い。
私はこれまで１度もない。しかし、これから先はわからない。
血液検査の結果がキレイだからといってガンが壊されたかどうかわからない。楽観するのは良くないだろう。
ただ、もし今後私が元気で暮せるならば、このような血液検査の結果になるように暮すべきだと思う。
それは１に栄養で２に休息で３にウイルスや細菌だろう。
今朝体重５５・４思ったより体重が下がらなかった。
気分は良いようだ。
２０１７年８月16日水曜５時32分雨５回目の入院の14日目。
私はガンと闘っている。
私の勝手な想像なのだが、私は、どのようになったら、ガンとの勝負に勝ったことになるのだろうか。
それとも、ＳＴ４なのだから、ガンとの勝負に勝つことなどないのだろうか。
私は、東吾野から顔振り峠を登って吾野まで14キロを毎月１回やっていた。３時間45分である。
倍の時間がかかってもいいからこれがやれるようになったら私はガンとの勝負に勝ったことになると思う。
もう１つ、私は現在は文章を書くことが楽しみになっている。以前は、１日

10枚とか多いときで20枚書いていた。今は病室で３枚とか４枚である。
入院していると私もガンと闘っているので忙しい。そしてできるだけ休息している。
10枚くらいに戻ったらもしかしたらガンとの勝負に勝ったことになるのだろうか。
私は私のガンの現状を知らないで勝手に私が勝利するイメージをしている。
ただ、勝手だがガンとの勝負で勝利をイメージすることなどなかったので、それはそれで、楽観的だがいいかもしれないと思ったりする。
今度山に行くときの野球帽を息子がくれた。毛髪がほとんどないからだが、希望がもてる。
今朝体重５５・６体重が66キロ台を維持している。体重減少の波もない。
今朝もう１度採血があって何もなければ明日５回目の退院をすることになっている。
２０１７年８月17日木曜５時25分曇り５回目の入院の15日目で５回目の退院の日で小平の１日目である。
血液検査の結果が理想的で喜んでいたのだが、昨日の血液検査の結果では白血球だけだが大きく落ち込んだ。注射して今朝も注射の予定だ。
ガンだから何があっても喜んではいけないのだろう。
８時の朝食が済んだら退院の用意をする。
次の６回目の治療が通院になるので、看護師のみなさんがやってくる。もう会えないかもしれないからだ。
通院治療センターを見学したが、元気に自分で通える人に限られるだろう。
私は、元気に自分で通える人になったのだと思う。
看護師のみなさんや栄養士のみなさんとはもう会えなくなる。元気になっていいのだが名残惜しい。
２０１７年８月18日金曜５時58分曇り５回目の退院小平の２日目である。
昨日は忙しい日だった。10時30分にスーパーマーケット。朝１番に行けと言われている。小平に帰ってすぐに行った。お昼は皿うどんで晩ごはんはすき焼きのつもりで材料を買った。
お昼を食べて洗濯をしてトイレ掃除をして昼寝をした。疲れている。
16時に目覚めて散歩というか歩行の訓練１キロ。

今朝体重が５６・５になった。昨日は働き過ぎなのかもしれない。55キロ台を３日維持していたのに。
体温３６・２血圧１３９－68。
１キロ歩行散歩をしてきた。暑くはないのだが汗。しばらく長い距離を歩いていないので慣れない。
昨日忙しかったのに調子は良いと思う。
これから通院治療なので小平の生活中心になる。
５時に起きてトイレと体重など計測して１キロの歩行散歩、８時に朝食を食べて10時にスーパーマーケットに行って12時にお昼ごはんを食べて昼寝をして、15時か17時に歩行散歩に行って、18時に晩ごはんを食べて、19時30分にベッドという生活を守りたい。
昨日はグッドなのだが体重が増えたのが気になる。
２０１７年８月19日土曜５時45分曇り５回目の退院小平の３日目である。
昨日の散歩歩行の際に、ブドウの果樹園で私の入院でお世話になった方にブドウを送った。ホントは梨園が多いので梨にしたかったのだが、梨は入院している間に終りそうになっていて、箱出荷はできないとのことだったのでブドウにした。
マスカットが９月５日ごろらしくて、９月５日ごろの発送になるらしい。
届いたらお金を払いに来てくれだった。
小平なのになんとも田舎風の果樹園で会話もおもしろかった。
今朝体重５６・４体温３６・３血圧１３７－77体重が１キロ多いのが気になる。１キロ歩いてきた。霧雨である。
２０１７年８月20日日曜６時10分曇り５回目の退院小平の４日目である。
昨日スーパーマーケットで焼き鳥を買ってきた。おいしかった。今日は雨だと思ってギョーザとシュウマイを買ってきた。今朝の天気だと10時のスーパーマーケットは行けそうである。
16時の散歩はドシャブリの雨で中止。出かける寸前に降りはじめた。
終日体重が多いことが気になった。
今朝体重５６・０　体温３６・１　血圧１２４－76　体重がもう少しで55キロ台に戻る。１キロ散歩してきた。少し涼しいが汗が少し。
２０１７年８月21日月曜５時55分曇り５回目の退院小平の５日目である。

東京は８月に入ってずっと雨らしいが、幸いなことに、５時の散歩は４日連続できている。16時の散歩が１日できなかった。10時のスーパーも連日行けている。多分今日も曇ってはいるが行けそうである。今朝の散歩では、ジョギングの人、ウオーキングの人、犬の散歩の人、５時なのに大勢である。
今朝体重５６・６　体温３５・９　血圧１３０－77　体重がまた56キロ台になっていて落ちない。食事は３食＋５時のチーズを少なくするわけにはいかないので、どうすればいいかわからない。間食はしていない。
確かにこんな状態ではストレスが大きい。ストレス太りってあるんだろうか。
２０１７年８月22日火曜５時50時分曇り５回目の退院小平の６日目である。
昨日は自分でも以外だったのだが、ずっと長渕剛を聴きながら『わたしと私－２５６達人』を書いていた。日記調なので治療でずっと滞っている。７月７日近辺を書いている。焦りはない。
私は長渕剛を聴かない。クラシックが多い。なぜ昨日が長渕剛だったのかわからない。多分、元気をもらいたかったのだろう。仕方がない。いつも不安でいっぱいだからだ。
長渕剛のよろいの少ない歌は好感が持てた。
今朝体重５６・０　体温３６・０　血圧１２１－74　１キロ散歩して途中でもようす。帰ってうんち大量。
自分で調整しているわけではないが、今日は歩幅が広かった。
昨日お昼をおそばにした。たまごそばにした。タンパクを減らさずに炭水化物をと思った。今朝体重が５６・０になった。
食欲旺盛だから体重増えるんじゃないの？とメールしてくれた人もいた。
私は抗がん剤の副作用の体重増加が気になっているのだが、ごはんを減らすことはガンとの闘いにもっともよくないことなのでやらない。
微妙に迷っている自分がいる。
２０１７年８月23日水曜５時49分晴れ５回目の退院小平の７日目である。
今朝は気持ちよく晴れている。朝日も久しぶりかもしれない。山のサングラスをバンダナの上に乗せてきてよかった。しかし、マスクをしているので、

サングラスが曇ってしまう。マスクを外すかサングラスを外すハメになってしまう。
朝散歩のおじさんがケゲンそうな顔をして振り返るのがわかる。バンダナにサングラスにマスクである。しかも元気そうに歩いているのだから。
散歩は出だしの気がする。
調子がいいと歩幅も大きいしピッチも速い。
今日はこの６日間でもっとも速い。
調子が良くないと、歩幅が小さいので、トボトボ歩きになってピッチも少ない。
いつ調子が良くてどういうときに調子がワルイのか、いまいち、よくわからない。
明日から時間を記録しよう。時間を記録すると最高タイムを出したがるからやはり止めにしよう。ガン患者だから散歩でいいではないか。
今朝体重５５・９　体温３６・１　血圧１２４－70　まだうんちがこない。
体重が55台になった。明朝体重が気になる。
昨日夕食は、火曜日なのでキムチなべ。息子が調理する。自分が調理しないと病院食を運んでもらう感じになってしまう。おいしい。
２０１７年８月24日木曜５時58分晴れ５回目の退院小平の８日目である。
１キロ歩いてきた。毎朝決まって３００メートルで左に折れる道でおばあさんに会う。私も正確だがおばあさんも正確である。あいさつできてはいない。なんのために歩いているのかわからない。もしかしたら、仕事に出かけるのかもしれない。それにしては、歩行がしっかりしているとは言えない。毎朝同じ場所で会うので気になっている。
５月８日に入院して５月26日にはじめてシャワーした。お風呂場の鏡には、竹馬のような私の足が写っていた。見たこともない足に驚愕して両手で太腿を回すと、両手で輪ができた。体重が５３・５だった。
そして今１キロ散歩から帰ってきて両手で輪にしてみたが、５センチくらい余る。
何度もしっかり歩いてくれと言われ続けてきた。ガンの治療をしていると、上半身は太り気味になって下半身は細る。
３回目の入院のころから、足が太くなったと思っていたのだが、今日は５セ

ンチくらい余る。やはり、下半身がしっかり太くないと人間らしくはないと思う。
今朝体重は５６・０で５月26日の５３・５よりも１・５キロも多い。脚の体重が増えたことは間違いない。
ただ、上半身も増えているので注意なのだろう。
体温は３６・１　血圧は１１２－67　うんちあり。
２０１７年８月25日金曜５時48分晴れ５回目の退院小平の９日目である。
昨日のお昼から身体が重かった。今朝体重５６・７で多い。今朝１キロ散歩に行くときのシューズを履いたときに、むくんでいると思った。歩行は調子がよいし、歩行から帰って大量ウンチである。そして、歩行後に足を見ているがむくみはとれている。
やはり歩くことはいろんな意味で良い事なのだろう。
ただ、上半身が今日はむくんでいると思う。どうしたらいいかわからない。飲む水の量が少ないのかもしれない。オシッコの量を入院時のようにマグカップで計測していないのでよくわからないが、オシッコが少ないと思う。今日は意識的に水を多く飲んでみる。
今朝体重５６・７体温３５・９血圧１３３－79うんち大量。
２０１７年８月26日土曜５時52分晴れ５回目の退院小平の10日目である。
私の両腕は採血跡と点滴跡とＣＴ薬液跡で、モレもあって、紫になっていた。小平の10日になって、次第に紫が消えている。残るは左腕の点滴のモレ部分だけになった。ここは時間がかかっているが、私の身体が修復するのだろう。
５回目の入院時の採血が難しくなっていた。
採血場所は肘が血管が浮き出るので適しているようだ。しかし、私の場合は、採血の頻度が多くて、血管がボロボロになっているようで、採血の失敗が多くなっていた。ここ12日くらい採血をしていないので、もしかすると、血管が修復されているかもしれない。28日の外来の採血と血液検査でわかる。
今朝体重５６・３体温３６・０血圧１２２－72脈拍67、１キロ歩いてきた。大量ウンチ。調子はワルクはないようだ。
２０１７年８月27日日曜５時45分晴れ５回目の退院小平の11日目である。

私の頭髪はもしかしたらゼロになるのではないかと思うくらいになくなっている。病院では、廊下を歩くときは帽子かバンダナだったが部屋ではこのままだった。小平でも、散歩やスーパーマーケットに行くときなどは帽子かバンダナである。とても他者には見せられるものではない。

入院中に友人が何人か来られたが、そのときは、このままだった。

これはなんだろう。私の状況を知っている人にはかまわないが、全く知らない人には、薄くなった頭髪を見られたくないし、見たくもないと思っているようだ。

抗がん剤投与をしなくなったら毛髪が生えてくるらしいのだが、まだ少し先のようだ。

今朝体重５６・２体温３６・０血圧１０９－70脈拍68うんち、１キロ散歩をしてきた。

２０１７年８月28日

○５回目の退院・６回目の治療通院治療の１日目

２０１７年８月28日月曜５時53分晴れ５回目の退院小平の12日目で６回目の治療の１日目で今回から通院治療である。

今日は、９時に病院に行って採血をして10時30分に問診があって、もし順調だったら通院センターに行って、６回目の抗がん剤の投与がある。多分今日は16時くらいまでかかる気がする。息子が休んで１日ついていてくれるらしいが、ヒマでどうにもならないだろうがありがたい。

私自身は朝から緊張している。

それに、最近の乾燥状態で喉に少し違和感がある。今日からマスクをして眠ることにしようと思う。

今朝体重は５６・２体温３６・１血圧１２３－68脈拍69ウンチ１キロ散歩してきた。

２０１７年８月29日火曜５時57分晴れ６回目の治療の２日目通院治療。いままでは病室で初日の３種類の抗がん剤の点滴をしていた。昨日は朝５時から動いていて終わりが16時で小平に帰ったのが17時だった。キツイ。抗がん剤がキツイのかもしれない。晩ごはんは息子がつくった。疲労こんぱい一気に眠って、何度もオシッコに起きた。

通院治療は元気な人にしかできない。

今朝体重５６・７体温３６・３血圧１１５－64脈拍80ウンチと散歩。

起きた時は快調だったのだが、散歩はゆっくりしか歩けない。脈拍の80がそうさせるのだと思う。いつもより10も高い。血液を速く流さないといけない理由が私の身体にあるのだろう。歩行で更に血流を速くすることはできない。

しばらく抗がん剤が身体で活躍するので私はオシッコで粉砕ガンを排出しないといけない。

次回６回目の抗がん剤は９月２日土曜日である。

２０１７年８月29日火曜17時40分晴れ６回目の通院治療中の２日目。昨日

３種類の抗がん剤で今日の午前と午後に飲みクスリの抗がん剤。どういうわけだか、勘違いして今日の夕食後に飲むクスリも一緒に飲んでしまった。
頭がおかしくなっているわけではない。夜は飲まないでおこう。
10時の買い物は調子がワルクて止めた。今晩の食事を考えていたのだが、15時ごろ息子が買い物もして帰ってきて今日も食事をやるのだそうだ。見抜かれている。
昼寝がながかった。少しスッキリしたが体重が多い。むくんでいる。オシッコも多い。
入院中には、点滴を３日間やっていて、その間にシャワーも廊下を歩くこともなかった。
昨日は病院から帰りに処方箋でクスリを買ったりでけっこう歩いて、シャワーもした。今朝も１キロ散歩した。
そして17時体重も多くむくんでいるので散歩をした。早く歩けない。今朝脈拍が80だったのが気になって、散歩後測ってみた。85だった。
私の通常脈拍より15多いが、散歩直後だからこれくらいのものだろう。
入院では利尿剤でオシッコを増やしていたのだが、通院ではそれがない。私だけのチカラで粉砕したガンをオシッコから出せるのだろうか。
２０１７年８月30日水曜５時53分晴れ６回目の治療の３日目通院治療。
月曜に点滴抗がん剤と昨日から飲みクスリの抗がん剤をはじめた。過去５回の入院時と同じように、便秘とむくみと眠れない。
今朝体重５７・２体温３６・４血圧１２３－66脈拍69脈拍が元に戻った。
体重が多い。便秘薬はあるので私が調整しないといけない。むくみは利尿剤がないのでどうすればいいのかまだわからない。ただ、今１キロ歩いてきたが、足のむくみは消えた。上半身がむくんでいる。今日は10時にスーパーにも行って16時の散歩も、キツイのだがやろうと思う。オシッコなのだがけっこう行っているが、水も大量に飲んでいるので差し引きになっている。
眠れないことは、過去５回の入院時も同じだった。朝寝や午睡で補えると思う。
私がキツイのは、抗がん剤が身体の中でガンと戦っているからだと思う。
２０１７年８月31日木曜５時50分曇り６回目の治療の４日目通院治療。
抗がん剤が入っていてガンバッている。私は副作用を耐えて闘っている。毎

日毎日戦う副作用が異なる。
昨日は眠れないことと便秘とむくみのうち、眠れないこととむくみだった。
昨晩は20時から２時間おきにオシッコで起きた。４回である。１０００ｃｃのオシッコである。今朝体重は５６・６になった。体温３６・３血圧１３６・６６脈拍61。まだむくんでいる。１キロ散歩してきたがシューズが履きづらかった。55キロ台までガンバらないといけないが、今日がどうなるか予想もつかない。
歩くことが１つの方法なのだが、10時と16時の天気が心配である。
眠れないことは、こま切れの睡眠なのだが、意外とスッキリしている。まったく眠れないよりははるかに良い。
今日の問題は便秘になりそうだ。
フツウは５時にウンチなのだが、ほんの少量だった。昨日５時にはフツウのウンチがあったので、張って困るということはない。
５月入院時にお世話になった方に近くの果樹園からブドウを送らせていただいた。マスカットが入っているようで、立派なブドウだったようだ。まだお金を払ってないので、10時には支払いに行かないといけない。
２０１７年９月１日金曜６時01分曇り６回目の治療の５日目通院治療。
睡眠とむくみと便秘が現在の副作用と闘っていることだ。むくみは抗がん剤が粉砕したガンを私がオシッコとして排出できないから起こるものだ。入院中は利尿剤を使うが通院ではそんなものはない。私のリンパ系のチカラ次第になる。リンパ系は体中を張りめぐっていて静脈とほぼ接近している。
①　細胞間液を取り込む
②　吸収した脂質を血管系に運ぶ
③　リンパ球などの免疫細胞を産生する
細胞間液は血液と細胞間液の浸透圧でアクアポリンによって動いておりリンパ液と細胞間液も浸透圧でアクアポリンによって動いている。
リンパ系は、血管系の拍動がなく、蠕動運動のみで動いている。したがって、流れはゆるやかで、食べ物が腸を移動するのに似ている。リンパ系は最終的に鎖骨近くのリンパ節から静脈に合流する。
このリンパの流れがスムースでないと、細胞間液は多くなってむくむことになる。

私のガンは、悪性リンパ腫なので、全身のリンパ系を侵されていたのだろう。５月８日に病院にはじめて行ったのだが、それまでにも、まぶたの下や顔全体が膨らむことに気がついていたが。年齢によるものと思っていた。もうすでに始まっていたのだろう。
リンパ球は免疫細胞なのでこれが産生できないと、ウイルスや細菌と闘えないことになる。
私のガンはＳＴ４なので、すでにして他の臓器に影響が出ていたのだろう。
ＣＴ検査では、疑われる他の臓器の影響も治療によって少なくなっているらしい。
悪性リンパ腫というガンは、私の経験では、全身が倦怠に被われて身体が動けなくなってしまうことなので、５月８日から９月１日までの治療によって、フツウの生活が少しの倦怠感はあるにしても、できるようになったことは、私のガンが消滅に向かっていると思わざるを得ない。ただ私には、その程度がわからない。
私は、山に行けるようになることと、小説を１日10枚書けるようになることだと思っている。
このように、私にとってのむくみとの闘いは、ガンそのものとの闘いに等しいので、夜中でも何度も起きてオシッコに行く。
私のリンパ系が少しは改善して細胞間液を取り込めるようになっていて静脈に合体して腎臓が元気にオシッコをつくってくれると、抗がん剤が粉砕したガンを私は排出できることになる。
通院治療になってから利尿剤がないので、私の、リンパ系のチカラの回復と腎臓のチカラが試されている。
今朝体重５６・３体温３６・０血圧１３６－78脈拍61、１キロ散歩してきたがむくみは感じられない。
睡眠は何度もオシッコで起きるので仕方がないだろう。次の問題は便秘だろう。
２０１７年９月２日土曜５時30分雨６回目の治療の６日目通院治療。今日は８時30分に病院へ行って点滴から抗がん剤を入れる。多分午前中に終って帰ってくる。緊張している。
今日は通院になってからはじめての５時雨である。散歩ができなくて残念。

今朝体重５６・５体温３６・３血圧１４１－77脈拍62昨日15時にウンチだった。今もウンチ。
歩くことができないのではっきりわからないが、むくんではいないようだ。体重が55キロ台に向かってくれるといいが。むくみも便秘もうまくいっていることになるから。
２０１７年９月３日日曜５時47分晴れ６回目の治療の７日目。昨日抗がん剤治療に病院に行った。悪性リンパ腫のエースのような抗がん剤らしい。８時に出て13時30分昼を食べて眠った。夜熟睡感なし今朝体重５７・２で１キロ歩いたが足のむくみはない。上半身がむくんでいるのだろう。
体重５７・２体温３６・２血圧１５７－80脈拍63　うんち。
昨日の５時も今日の５時もウンチである。便秘はコントロールできるかもしれない。
５時の血圧が気になっている。
飲みクスリの抗がん剤をはじめてから血圧が高くなっている。今朝は１５７－80である。同時に点滴抗がん剤もはじめているので、どっちの副作用かわからない。
自宅の血圧計は病院の血圧計よりも高く表示されるのではないかと思っている。それでも、少し気になる。
２０１７年９月４日月曜５時51分曇り６回目の治療の８日目。今日は抗がん剤の副作用の白血球低下のための注射に病院に行く。４月以来はじめて電車に乗る。７時に出るが通勤と鉢合わせが気になる。
今朝体重５６・９体温３６・１血圧１５７－75脈拍64歩行１キロむくみはないようだ。ウンチ大量。
今日は早めに朝ごはんをやらないといけない。
緊張している。
駅から病院までの歩く距離も気になっている。
２０１７年９月５日火曜５時38分曇り６回目の治療の９日目。昨日電車で病院に行った。抗がん剤副作用の最大の注意点の白血球の低下を止めるために注射に行った。
７時をずらして６時45分に電車に乗った。ギュウギュウではないが満員に近い。駅から病院までも歩いた。はじめての道だったが、速く歩かなければな

んでもない気がする。動悸もない。帰りも歩いて電車で帰った。
４月以来の電車だったが違和感はなかった。
昨晩１０００ｃｃのオシッコ。今朝体重３６・３、抗がん剤でむくんでいた。ちょっとホッである。おかげで眠っていない。
５６・３体温３６・２血圧１２９－71脈拍70ウンチ大量。
便秘のコントロールはできているようだ。
今朝もまだ少しむくみがある。体重が55キロ台にならないといけないのだろう。
しかし少しホッである。
２０１７年９月６日水曜５時27分雨６回目の治療の10日目。昨晩20時に眠っていて左手がケイレンして痛くて目が覚めた。入院中に２度くらいあった。スマホで検索して水分不足だと思って水を大量に飲んだ。
一昨日の夜１０００ｃｃのオシッコで身体の水分が少なくなっていた。むくみが少なくなってホッなのだが、身体の水分が少なくなってケイレンを起こしたのだろう。
一気に４００ｃｃ水を飲んでしばらくして治まった。
抗がん剤が土曜日なのでまだ副作用があったと思う。いろいろ経験してなんとか副作用に対処できるようになっていて助かっている。
睡眠できない、便秘、むくみ、水分不足によるケイレンが私の抗がん剤の副作用の主たるものだ。
幸いなのは、腎臓や心臓や胃や腸や肺や口腔などにも影響があるのだろうが、たとえば食欲不振などに陥ったことがないことが、グッドというか助かっている。
今朝は雨なので散歩には行けないが、むくんでいないように思える。今朝体重５６・１体温３６・１血圧１１５－63脈拍74ウンチである。
昨晩も１０００ｃｃのオシッコをしているので、今日は水分補給を多くしてケイレンが起きないようにしないといけない。
２０１７年９月７日木曜５時37分晴れ６回目の治療の11日目。これで３日連続で夜のオシッコ１０００ｃｃである。今朝体重が５５・６でやっと55キロ台に戻った。
抗がん剤が粉砕したガンを利尿剤を使わずに、私の身体のチカラだけで排出

している。今晩もまだ１０００ｃｃだと体重が54キロ台になる。しばらく食べていないせんべいを今食べている。10時の買い物はバナナを忘れないようにしよう。５時食をチーズとバナナにする。
体重５５・６体温３６・１血圧１０８－61脈拍73散歩１キロウンチ大量である。
３日連続で１０００ｃｃの夜のオシッコだとあまり眠った感覚がない。
睡眠ができないことも副作用なのだが、粉砕ガンを排出することの方が優先度が高い。
ケイレンはなかった。水を飲んでいる。
２０１７年９月８日金曜５時51分曇り６回目の治療の12日目。
３日続けて１０００ｃｃの夜間オシッコだったが今朝は５００ｃｃで体重５５・７である。
体重が55台で止まってくれるのだろうか。上に行っても下に行っても困る。
ごはんだけはキチンと食べるようにしないといけない。おいしい。
６回目の抗がん剤治療から５日過ぎて粉砕ガンを排出しきったのだろうか。
そこが私にもわからない。結果として、排出できなかったらむくむので、そこを見るしかない。１キロ歩いてきたがむくんではいないようだ。
体重５６・７体温３６・４血圧１１５－59脈拍77うんち。
ケイレンも便秘もないが夜中のオシッコに集中しているので睡眠がうまくとれてない。13時から１時間30分くらいの午睡の方が睡眠が深い。
久しぶりにチーズとバナナ。
２０１７年９月９日土曜５時49分晴れ６回目の治療の13日目。
睡眠できない、便秘、むくみ、水分不足によるケイレンが私の抗がん剤の副作用の主たるものだ。
フツウは食欲不振に陥ってヤバイことになることが多いのだが私の場合は、いまのところ食欲不振はない。
ただ体重が55キロもあるせいか、５月頃の入院時のごはんが待ち遠いといった感じはない。
今は通院なので自分でごはんをつくっている。ラクラクやっている感じではない。運ばれるごはんを食べている方がラクだ。
私の副作用では、便秘と水分不足によるケイレンはコントロールできてい

る。粉砕ガンのオシッコによる排出に集中しているのだが、睡眠が不足することがけっこう辛い。
今朝も５時に起きて１キロ散歩してきた。眠い。
昨晩のオシッコは６００ｃｃで体重は５５・３体温３６・６血圧１１０－56脈拍81ウンチである。
まだオシッコが多いので体重が減少する。
優先順位だと、粉砕ガンの排出が１番なので、睡眠も体重減少も気になるが、耐えないといけない。
２０１７年９月10日日曜５時47分晴れ６回目の治療の14日目。昨日20時に左手がケイレンした。私の副作用のなかで唯一痛みを伴う。３００ｃｃくらい水を飲んでケイレンが止まるのを待った。
ケイレンしている時は、痛さもあって、悲観的になってしまう。
今朝体重は５５・４で６００ｃｃの夜間オシッコである。体温３６・４血圧１１４－54脈拍77ウンチ１キロ散歩。
依然として夜間のオシッコが多いので、睡眠に影響がある。
ほぼ22時から２時間おきにオシッコに起きている。
19時30分から22時までケイレンがなければよく眠れる。
眠いが、粉砕ガンを排出しているのだから耐えないといけない。
２０１７年９月11日月曜５時53分晴れ６回目の治療の15日目。昨夜22時に右甲あたりがケイレンした。ケイレンは止まらないのではないかと怖くなってしまう。水を飲んで３分くらいで消えて眠った。
ここのところ連日夜のケイレンに悩まされている。
今朝体重５５・２体温３６・４血圧１２０－67脈拍78ウンチ１キロ散歩である。
夜のオシッコは６００ｃｃ、これがフツウなのかまだ粉砕ガンを排出しているのかわからない。
５時にスマホのアラームで目が覚めたのだが、すごく眠い。２時間おきに起きてオシッコをしているからだ。
４回目の入院時に、看護学校の学生さんと話す機会があった。授業の一環なのだが、私は話し相手ができてラッキーだった。
約束したことがあった。

外に出るときはマスクを欠かさない。帰ったら洗剤で手洗いをする。
この２つのことは、その日以来続けている。
感謝している。
がん患者は白血球が少ないのだ。
２０１７年９月12日火曜５時58分晴れ６回目の治療の16日目。
３夜連続でケイレンに悩まされているが、昨晩はケイレンがなかった。昨晩なかったからといって今晩ないとは限らないので安心はできない。水を欠かさないようにしよう。
昨晩は22時から４時まで６時間オシッコに起きなかった。22時30分にスマホで起きて就寝時のクスリを飲んでいるのだが、アラームが鳴る前に起きてしまう。
今朝体重は５５・２体温３６・１血圧１１３－65脈拍70散歩ウンチである。
夜のオシッコは３００。急に減少した。これがフツウなのかどうかもわからない。
とにかく、ケイレンもなくオシッコもフツウかもしれなくて６時間も眠ったことに、とりあえず今日はホッとしている。
睡眠できない、便秘、むくみ、水分不足によるケイレンが私の抗がん剤の副作用の主たるものだ。
とりあえず今朝は睡眠よし便秘よしむくみなしケイレンなしである。今晩はわからない。
２０１７年９月13日水曜５時46分晴れ６回目の治療の17日目。
昨晩は22時から４時まで１回しかオシッコに起きなかったと思う。６００ｃｃのオシッコである。
体重５５・６体温３５・９血圧１３１－77脈拍72ウンチ散歩である。
むくみケイレン便秘睡眠はないと思う。気分は常に快適と言えることはない。常に重い。
ガンと副作用と闘っているのだが、快方か劣方かは、毎日３回１キロの散歩をしていて、その歩行時の元気さで測るしかない。もう１つの測り方は、文を快適に書けるかだ。１日10枚はまだ書けない。
急にケイレンがあったりしたらいきなり劣方に傾いたりで、毎日毎日気が抜

けることはないのだが、今日の朝の散歩は快方の散歩だった。
２０１７年９月14日木曜５時51分晴れ６回目の治療の18日目。
今朝体重５５・３体温３６・１血圧１３６－75脈拍72うんち散歩である。
夜のオシッコがまた２時間おきだった。１２００ｃｃである。３００になったり６００になったりで今晩がどうなるか予想がつかない。
ただ粉砕ガンだけではなくて身体の中のゴミを排出しているのだから、何度も起きて眠いし辛いが良いことなのだ。夜のオシッコが多いことは、今の私には良いことなのだ。
朝の１キロ散歩で気がついた。歩幅が小さいのだろうが、ピッチは、山に入ったときの下の道路を歩いているときと同じだと思う。けっこうピッチが早くなっていることに気がついた。
今朝の散歩は快方である。便秘もケイレンもない。１２００も出したからむくみもない。眠いだけだ。
２０１７年９月15日金曜５時43分曇り６回目の治療の19日目。一昨日から毎食後飲んでいた便秘のクスリをゼロにした。昨日も今日も５時にウンチがあってこのまま飲まないでおこうと思う。
昨晩21時まで起きていた。はじめてだ。就寝のクスリは飲んだのだが体重を測るのを忘れた。
今朝体重５５・０体温３５・９血圧１０２－69脈拍72散歩である。
体重から想定して６００ｃｃくらいのオシッコだったと思う。３回オシッコに起きている。
明日の朝体重は54キロ台になっているだろう。体重減少の波なのだが、３食はおいしく食べているので問題はないだろう。食欲不振はない。
昨日久しぶりに５月８日以来、ブラウンではなくてジレットでヒゲを剃った。
入院中はカミソリを持つことを禁じられていた。理由はわかる。ガン患者なのだ。
ブラウンが壊れたわけではないのだが、気ままにジレットを使ってみただけだ。
どっちでもいいようだが、ながらできることではブラウンがいいのかもしれない。

便秘ケイレンむくみはないようだ。眠い。朝散歩は劣方ではない。
２０１７年９月16日土曜５時45分曇り６回目の治療の20日目。今朝体重５５・３体温３６・１血圧１１３－69脈拍72ウンチ散歩。
夜２回起きて４００ｃｃのオシッコである。
ケイレンも便秘もむくみもないが眠い。
昨日は、電話をして気がついたのだが、声がかすれている。湿度が低いせいだと思う。マスクをして眠った。時々あるのだが、なんでもないことでも気になってしまう。
歩行は劣方ではない。
２０１７年９月17日日曜５時21分雨６回目の治療の21日目。今朝体重５５・３体温３６・３血圧１１４－70脈拍73ウンチ散歩は雨でなし。
夜のオシッコは７００で多い。０時に１回起きて５時のオシッコで７００である。
睡眠はできているはずなのに強烈に眠い。
雨で湿度が高くなって呼吸がラクになっている気がする。マスクをしないで眠った。
ケイレンもむくみもないが眠い。
便秘のクスリを止めているのだが、ウンチの量が少なくなった。朝食時だけ１錠飲むことにしてみようか。
朝の散歩ができなくて寂しい。
昨日16時の散歩でついに歌が出た。いまは〜もう秋〜山でのクマ除けの歌でビリージーンが歌えないのに出てきていたりした。回転して谷に墜ちそうになる。踊れたらステキだと思う。
なんでもう秋〜が出てビリージーンが出ないんだろうと思う。
乾燥だと思うが声がかすれている。誰とも話さないので自分でもどのくらいかすれているかわからない。
散歩で歌うしかないのだろう。
それにしてもかすれた声だった。
２０１７年９月18日月曜５時51分晴れ６回目の治療の22日目。台風一過のよう。６月28日18時に１階のドトールで失神した。大騒ぎをさせてしまった。便秘による迷走反射。コーヒーを飲んでいた。昨日コーヒーを煎れた。

失神はしなかった。しけっていたのかおいしくなかった。しばらくまた飲まないだろう。
今朝体重５５・５体温３６・１血圧１０９－68脈拍74ウンチ散歩。
昨日は台風18号で終日雨で散歩もなしでスーパーにも行かなかった。
今日は朝は少し風はあるが晴天である。
一昨日から散歩で歌が出ている。
声がかすれているのを確かめることでもある。
川の流れのように〜普段歌ったことにない歌が出てきた。一昨日よりはマシな声だった。
２０１７年９月19日火曜５時55分晴れ６回目の治療の23日目。５時にスマホがうるさくなかったらずっと眠っていただろう。強烈に眠かったが１キロ散歩してきて目が覚めた。
体重５５・５体温３６・９血圧１１７－69脈拍73ウンチ散歩である。チーズとバナナを食べた。
便秘もむくみもケイレンもない。ただ眠いだけだ。
今日は途中で起きた体重を測っていないのでオシッコの量がわからない。身体のゴミは排出できていると思う。
体重が55キロ台を維持していて思いどおりなのだが、５月８日以前の54キロ台よりも太ったのだろう。
今朝の散歩は劣方ではない。元気だった。散歩の歌は何かわからないオリジナルの歌のようだった。歩行のリズムはかなりのピッチになっていてフォーチュンクッキーより速くなっているのだが、後から女性が来て追い抜かれた。

２０１７年９月20日

○６回目の終了・７回目の治療通院治療の１日目

２０１７年９月20日水曜５時50分晴れ６回目の治療の24日目。

今日から７回目の治療がはじまる。８時30分に採血がはじまるので少し前に病院に行く。そして問診に７回目の最初の抗がん剤点滴治療となる。

ながい１日になる。

採血の結果も気になるし問診でなんと言われるかも気になる。両腕に点滴する場所があるのかも気になる。

気にしても時間が来たら現実になる。

体重５５・７体温３６・０血圧１３６－75脈拍72ウンチ散歩である。

散歩は少し早めのフォーチュンクッキー、駅に急ぐおじさんと同じくらいになった。劣方ではないが快方とはまだ言えないかも。

今日はガンバル。

２０１７年９月21日木曜６時25分晴れ７回目の治療の２日目。

昨日は疲労こんぱい。時間が５時から17時までだからだが、３つの抗がん剤が入ったからでもある。帰りにうどん屋さんで食べて17時にそのまま眠った。

今朝は５時に起きて洗濯して散歩してシャワーをした。

散歩が歩行ではなく散歩である。今日はムリをしない方がいいようだ。

体重５６・７むくんでいる。また体重を減らす闘いがはじまる。便秘は今日はない。私がケイレンと言っているのはツルんじゃないの？看護師さんに指摘された。ツッテ痛いんでしょ？

体重５６・７体温３６・３血圧１２３－70脈拍83ウンチ散歩。

だるい。

２０１７年９月22日金曜５時43分晴れ７回目の治療の３日目。

昨日は、朝ごはんも食べたくなかったが食べないと抗がん剤ののみクスリを飲まないといけない。ピザトースト。お昼も食べたくないのだが同じ理由で生うどんを炊いて食べた。飲みクスリ抗がん剤は朝食後と昼食後だ。

10時のスーパーへも行かなかった。
16時の散歩も行かなかった。
食べたくないので夕食の調理もしたくなく、牛丼とトン汁のテイクアウトを頼んだ。
これはかきこめるので食べたくなくても食べられる。
間食した。
一昨日が点滴抗がん剤３本だったので、昨日の不調は当然かもしれない。
今晩は親子丼を調理してかきこもうと思う。
食べたくなくても食べなかったら負けてしまう。
今朝、うんち体重５６・１血圧１２２－68脈拍74散歩である。
オシッコに何度か起きたが体重を測ってない。
今朝体重が５６・１と少ないので８００ｃｃは出ているのだろう。
一昨日問診のときに、70％か80％くらいは戻っていますかと聞かれた。
私は70％と答えた。
抗がん剤が入ってしばらくは特別に調子が良くないから、それを外してのことだ。
買い物に行って調理をしてごはんを食べることは90％だろう。１１０くらいかもしれない。新鮮な食材を買うために、風邪ウイルスなどもらわないために10時のスーパーの開店時に毎日出かけている。
特段遠いから辛いという感じはない。往復１キロはある。
洗濯は１００だろう。掃除もだろう。
歩行が50％くらいだと思う。トレッキングはできそうだが登坂が自信がない。
文章を書くことも50％くらいだろう。
総じて70％くらいだろうか。
聞かれてあらためて自分で考えた。
少なくとも劣方ではないようだ。快方かどうか自分ではわからない。
５月８日に較べたらすごい快方なのだが。
２０１７年９月23日土曜５時24分雨７回目の治療の４日目。
抗がん剤の２日目の一昨日は食べたくなくて晩ごはんをスキヤの牛丼トン汁のテイクアウトを頼んだ。３日目の昨日は親子丼を調理した。かけこむこと

ではグッドなのだが、牛丼においしさで負けている。
来週研究して負けないようにする。親子丼も研究しよう。自信があるのはマーボ豆腐丼だけかも。
せっかく抗がん剤から４日目なのだが、土曜の今日もう１つの私の苦手の点滴抗がん剤のために病院に行く。９時から点滴がはじまる。
明日はまた食欲がなくなるのだろうか。
病院でも同じだったのだろうが、病院ではテイクアウトと同じように食事が出されるのでグッドだったのだろう。私のごはんよりおいしかったように思う。
ただ、５月８日以来、３食完食しない日は１度もないので、これはムリにでも今後も守りたい。
今日の５時食は、ヨーグルトにチーズにバナナにした。
体重５６・３血圧１２６－66脈拍66雨で散歩できずウンチは少し。
夜中の体重を測ってないが、８００ｃｃくらいだと思う。むくみが少しあって散歩に行けないのが残念だ。
便秘も気になるがツッてはいない。眠い。
２０１７年９月24日日曜６時13分曇り７回目の治療の５日目。今日から起きる時間を５時から５時30分にした。暗くて散歩しにくくなった。
昨日は私の苦手の点滴抗がん剤があって病院に行った。
お昼はうどん屋さんで肉卵うどんを食べて14時から18時まで眠った。晩ごはんは、同じかきこめるごはんのキーマカレーをはじめてつくった。つくり置きのトマトソースを加えて、レトルトよりおいしかった。完食。
今朝体重５７・４体温３６・４血圧１３８－60脈拍60散歩ウンチである。
抗がん剤がガンバってガンを粉砕しているのだが私がオシッコで排泄していない。散歩ではむくんでいる感じはないが、歩いたのでリンパが動いてくれていると助かる。
むくみ以外には、便秘もツリもない。睡眠が足りてないようだ。
抗がん剤の翌日にしては元気に歩けた。
２０１７年９月25日月曜５時41分晴れ７回目の治療の６日目。今日は白血球対策の注射のために病院に行く。８時15分には着きたい。２度目の電車と徒歩である。けっこう徒歩も距離があるので今朝の散歩は中止した。緊張し

ている。
今朝の体重５６・９ウンチ体温３６・４血圧１５０－79脈拍71。
朝から緊張しているから血圧が高い。交感神経になっている。粉砕ガンをオシッコで排出しきれていないのだが、昨晩は３回オシッコに行った。多分１０００ｃｃくらいだろう。
食欲は戻ってきた。昨晩はシチューにした。けっこうおいしくできた。５月８日以来完食は続いている。
便秘もツルこともないがむくみはありそうで睡眠が足りてない。
頭髪がないのでＡＤＩＤＡＳを被っている。電車で少しは気になるが知ったことではない。
２０１７年９月26日火曜６時31分晴れ７回目の治療の７日目。昨日から寝る時間を21時から５時30分に変更した。病院での緊急仕様からフツウの生活に戻そうと思う。寒くなっても９時ー６時は維持する。
昨日は２度目の電車徒歩で病院に行った。何もなくフツウである。
私の両腕には採血できる静脈がなくなっていて昨日も３回目にやっと出てきた。
今朝洗濯、体重５６・８体温３６・４血圧１２４－65脈拍72散歩ウンチである。
夜中に３度起きている。オシッコは多分８００ｃｃくらいだろうか。
体重が55キロ台になってほしい。
便秘もツレもないがむくみがあるのだろうし睡眠不足である。
昨日はレバニラ野菜サラダでかけこみごはんにはならなかった。
２０１７年９月27日水曜６時10分晴れ７回目の治療の８日目。
昨日から寝る時間を21－５：30にして緊急仕様からフツウ仕様に戻そうとしているのだが、20時になるとベッドに行ってしまう。
今朝、ウンチ、体重５７・０体温３６・１血圧１３６－75脈拍72散歩である。
今日の散歩が多分もっとも速かったと思う。速いことがいいわけではないが、ランニングだってできるかどうか試してみたい。まだ走れそうもない。
便秘もツレもなく今日は睡眠も少しはとれている。夜中のオシッコが７００ｃｃで少ない。体重が55キロ台にいつなるのか少しは心配である。

７回目の治療は終ったのだと思う。
異常はないように思える。
８回目の治療は10月11日水曜日になる。それまで、どのくらい体力が回復するのだろう。
私のガンがどうなっているのか今は私にはわからない。
ただ、生活だけは元に戻っている気がする。
２０１７年９月28日木曜５時53分雨７回目の治療の９日目。寝る時間を21－５：30にしたいのだが、昨日はやはり19時30分になったらベッドに向かってしまう。そして急速に眠って、22時30分以降は、オシッコの時間のようになってしまう。昨晩は４回オシッコに起きた。
今朝、ウンチ、体重５６・６体温３６・３血圧１２７－70脈拍74雨なので散歩はなし。
４回も夜中にオシッコに起きたので体重がやっと56キロ台に戻ったのだろう。粉砕ガンを１１００ｃｃ排出できた。まだ１０００ｃｃくらい排出する必要がありそうだ。今晩も眠れない夜になるだろう。
今日は雨で散歩できないのがおもしろくない。
２０１７年９月29日金曜６時06分晴れ７回目の治療の10日目。
今朝体重５５・４体温３６・２血圧１２２－65脈拍76散歩ウンチはまだない。
一昨日夜４回起きて１１００ｃｃのオシッコをして体重が５６・５になった。昨晩は１０００ｃｃくらいのオシッコだろうと予想したが、そのとおりになった。やはり３回起きて１１００ｃｃのオシッコだった。
朝体重が５５・４だからこのままでいいのだが、今晩また１０００ｃｃだったら54キロ台に落ちてしまう。気になる。
ただ、私の身体は抗がん剤と同じようなことをしていて、不要細胞や侵入した細菌ウイルスをリンパ免疫が粉砕して、リンパ系静脈腎臓膀胱でオシッコとして排出している。
今日現在では、抗がん剤がなくても、私の身体が抗がん剤をやっている。
２日続けて１１００ｃｃのオシッコを排出したことは、私の身体の抗がん剤のような機能が少しは戻ってきているのではないかと思う。あまいかもしれないが。

私のガンは、私の身体の抗がん剤と同じ機能が止まったことなのだろう。
よくここまで生き残ったと自分では思う。
自分の身体のダメな部分を壊したりオシッコで排出できなかったら生きられないだろうに。
少しは希望を抱いて書いている。
２０１７年９月30日土曜６時12分晴れ７回目の治療の11日目。
気になっている夜のオシッコだが、４回起きて１１００ｃｃである。今朝体重は５５・１である。体温３６・１血圧１１２－59脈拍74今朝のウンチはまだない。昨日はあった。
３日続けて１１００ｃｃのオシッコなので、さすがに体重が５５・１である。54キロ台ギリギリである。
べつに昨年などはずっと54キロ台だったのでなんでもないのだが、毎日１キロ体重が減ることはさすがに恐怖になる。
もし今日も１１００ｃｃのオシッコだったら、53キロ台に近くなってしまう。
現在は抗がん剤からも離れているので、私の身体のリンパ免疫のダメ細胞細菌ウイルスの消去とリンパ系静脈腎臓膀胱による粉砕ゴミのオシッコによる排出がうまくいっているのだろう。
ただ、どこまで続くのかわからないので、怖くなってしまう。
私のリンパ免疫が強力になって戻っているかもしれないと希望的観測ができるようになったことは、ウソでもいいからうれしい。
２０１７年10月１日日曜６時17分晴れ７回目の治療の12日目。
夜のオシッコ、３回起きて１０００ｃｃである。
これで、１１００が３日に１０００が１日になる。体重が一気に減った。
今朝体重５４・９体温３６・１血圧11－49脈拍76ウンチ散歩である。
やっと49キロ台になったのか、49キロ台まで落ちてしまったのかわからない。
今晩が怖いことでもある。
また１０００だったら54キロ前半になってしまう。そろそろ止まってくれないと困る。
ただ私の身体の粉砕ガンも含めてのゴミを排出していることは間違いない。

昨日はじめて湯漬けで煮物をかきこんだ。
ここでごはんが食べにくくなったらシンドくなる。
今日はシュウマイを送っていただいたので食べよう。病院でも毎日ごはんの半分はお茶漬けにしていた。湯漬けでもいいかもしれない。とにかく食べることを欠かさないことだろう。
２０１７年10月２日月曜６時20分晴れ７回目の治療の13日目。
今朝体重５５・２体温３６・５血圧１１６－58脈拍72散歩とウンチ。
体重の落ち込みが止まった。
夜中のオシッコは２回で７００ＣＣである。
３日間で３２００ｃｃも夜のオシッコがあったので怖かったのだが止まった。
これくらいがフツウだと思うのだが、今晩どうなるかわからない。
昨日いとこが送ってくれた横浜のシューマイを食べた。すごくおいしかった。ごはんはナスの糠漬けで湯漬けにしてかきこんだ。
湯漬けでもなんでもいい。少し食欲が細っている。ガンバって食べないといけない。
今朝も５時30分チーズとバナナを食べた。
２０１７年10月３日火曜６時30分曇り７回目の治療の14日目。
今朝は、夜のオシッコと体重低下と食欲が細っていることが注意点。
今朝体重は５４・８体温３６・０血圧１２３－69脈拍73ウンチ散歩洗濯。
最近は朝起きてすぐに洗濯機を回すことにしている。３日に１度くらいだ。
朝１番が元気がある。
昨晩は、２回起きて９００ｃｃのオシッコである。当然体重はもっと下がって５４・８になった。
粉砕ガンを含めての身体のゴミを排出していると思える。
体重が落ちている。もっと落ちるのだろうが、どこで止まるのかわからない。ただ、１日で１キロ低下ではなくなっている。
問題は、ここのところの食欲の細りだろう。
一昨日は、糠漬けもキムチ漬けもやっているのに、スーパーでお茶漬けとシバ漬けを買ってきた。入院しているときに、ごはんの最後の半分は、お茶をかけてシバ漬けなどの漬物で流し込んでいた。

シバ漬けはグッドだと思う。
昨日はいわしと野菜のスパゲッティーをやったのだが、オリーブオイルも流し込むのに適している。
とにかく食べないといけない。
ガンバる。
２０１７年10月４日水曜６時10分曇り７回目の治療の15日目。
今朝も、夜のオシッコと体重低下と食欲が細っていることが気がかり。今朝体重は５４・９体温３６・５血圧１２６－69脈拍72ウンチと散歩である。
オシッコは２回起きて６００ｃｃである。したがって体重は大きくは下がらなくて５４・９なのだろう。
次の抗がん剤治療は10月11日なのだが、そこまでは、体重低下はなくて54キロ台で落ち着いてくれればいいと思う。
食欲が細っている。それでも、５月８日以来、食事を完食しなかったことはない。
最近は、シバ漬けを買ってきてお湯漬けで流し込むなど工夫している。
昨日は、いなり寿司だったらスルッと食べられそうな気がしてつくった。
やっぱりスルッと食べられた。酢が食べやすいしアブラゲも食べやすい。
グッドだった。
今は、今日食べたいものをつくることにしようと思う。
とにかく食べないと負けてしまう。
２０１７年10月５日木曜６時30分晴れ７回目の治療の16日目。
今朝も、体重が気がかり。５４・７体温３５・７血圧１３３－69脈拍78ウンチ散歩。洗濯。
夜中２回起きて８００ｃｃのオシッコ。体重も夜中のオシッコの量も安定してきた。これで落ち着くかどうかわからない。
便秘もツレもないが眠いのは続いている。
今懸案なのは食欲。
今食べたいものをやるとうまくいくことがわかってきたので、昨日はシチューにパンにした。
白ごはんと離れるといいような気がする。
シチューはおいしくできた。フランスパンのようなパンですくって食べた。

体重５４・７は最近の最低なのだが、５月８日以来３食の完食は続いていて、食欲が細っているのは事実なのだが、工夫してガンバる。
１ヶ月前に買ったかりん糖の袋を昨日開けた。しけってはいなかった。
食欲が細っているのはしばらく前からだったかもしれない。
２０１７年10月６日金曜６時３分曇り７回目の治療の17日目。
今朝体重５４・６体温３６・２血圧１２９－69脈拍72ウンチ散歩。
体重が最低になった。夜中のオシッコは２回で９００ｃｃ。身体の粉砕ガンを含めてのゴミは排出できていると思う。むくみはない。便秘もない。ツレもない。眠いが。
体重がどこまで下がるか気になるのだが、54キロ後半で落ち着く気もする。
それよりも食欲が細ることが気になる。
５月８日以来、３食完食が続いているので、継続させないといけない。
病院食では、毎日日替わりでアイデアがあって、これだったら食べようという気になった。
通院では、それを自分で工夫しないといけない。
昨日の夕食は、スキヤの牛丼に挑戦した。
結果はグッドで完食なのだが、まだ敵わない気がする。次はもっと工夫しよう。
今日は、いとこが送ってくれた横浜のおいしいシューマイにしょう。
テレビの料理番組をよく見るようになった。
２０１７年10月７日土曜５時43分雨７回目の治療の18日目。
昨日の16時の散歩も雨で行けなかった。今朝も雨音はしないのだが出てみると小雨である。散歩は止めた。
今朝体重５５・０体温３６・１血圧１２７－72脈拍73ウンチである。
５月８日以来、体温が上がったことがない。発熱したことがない。発熱は、身体の免疫細胞が緊急発動していることだから、いまのところ、風邪ウイルスや病原性細菌などに襲われていないことになる。ものすごく慎重になるように病院で注意されたこともあって身についている。マスクや手洗いに注意して生物は食べない。人ごみに行かない。
私だけかもしれないが、抗がん剤の副作用に、発熱作用がなくなるといったものはない。

だから、体温は毎日測って、ウイルスなどの侵入者の状態をチェックしている。
今日も大丈夫のようだ。
病院では、肺炎を併発する人が多かった。
ガン病棟なのに、肺炎の治療に長けていた。
抗がん剤の副作用に、白血球の低下があるからだ。
私の副作用も白血球の低下はあるのだが、それよりも、手洗いマスク人ごみに行かないなどの慎重さが勝っているのだろう。
体重が落ち着いてきているのだろうか。グッドなのだが。夜中のオシッコは２回で１０００ｃｃで多い。５時30分のオシッコもあるので、オシッコの回数は３ということになる。
便秘なしツレもないが、１０００ｃｃのオシッコということは、少しむくんでいるのだろうか。眠い。
食欲の細りが気になっている。食べたいものをつくっている。昨日は、送っていただいた横浜シューマイ。フツウのシューマイではなくて特別おいしい。ごはんは、シバ漬けに湯漬けでかきこんだ。満腹。
２０１７年10月８日日曜６時14分晴れ７回目の治療の19日目。
今朝体重５５・０体温３６・３血圧１１６－73脈拍72散歩ウンチ。
体重が昨日の朝と同じである。オシッコは２回起きて８００ｃｃである。
一見落ち着いてきているようだ。
しかし今晩何があるかわからない。
ツレも便秘もむくみもないようだ。
食欲細り、昨晩は急にお好み焼きが食べたくなってスーパーで豚肉と長芋を買った。道頓堀には敵わないがおいしくて完食した。
病院では空腹で食事が待ち遠しいことも何度もあった。
今は食べたくなるものをイメージしている。
なんでもいいから完食を続けないといけない。
２０１７年10月９日月曜６時23分晴れ７回目の治療の20日目。
体重５５・１体温３５・７血圧１２１－69脈拍71ウンチ散歩。
体重が落ち着いている。オシッコで起きたのは１回で７００ｃｃ２時30分と起きたとき５時30分の２回のオシッコ。

便秘もツレもむくみもないようだが強烈に眠くてそのまま寝ていそうになった。少しだるい。喉が違和感があるのは鼻呼吸ではなくて口呼吸で眠っていたのだろうか。
少しのことが気になる。
三条正人さんがなくなったそうで私と同じ悪性リンパ腫だったそうだ。私はＳＴ４なのだがどうだったのだろうか。なんでガンに負けてしまったのか私はすごく知りたい。私は、自分のガンとの闘いを公開している。もし私がガンに負ければ、それは何であるのか、明らかになる。同じ病気の多くの人の参考になるだろう。
しかし、私が参考にさせていただきたい情報は何もない。
三条さんはゲキ痩せになっていたそうですが、副作用の胃をやられての食べたくない状態に陥ったのだろうか。
想像するしかない。
私は何も情報がない中で、必死に闘ってきた。10月９日現在は、食欲が細っていることが気になっているが体重は５５・１あって痩せる感じではない。
しかし、毎日スーパーマーケットに行って、食べたくなるものを探している。
昨日は野菜とサケの蒸し焼きをやった。おいしかった。今日は何にしよう。
２０１７年10月10日火曜６時17分晴れ７回目の治療の21日目。
体重５５・０体温３５・９血圧１１７－70脈拍75散歩ウンチ。
体重が安定しているのだが、明日から８回目の治療がはじまるので、せっかくの体重の落ち着きも今日までだろう。
夜中のオシッコは２回で７００ｃｃで安定している。こっちも今日までだ。
多分数日前から乾燥していて気づかなかった。喉に違和感がある。ただの乾燥によるものだろうが、何でもが気になってしまう。
昨晩はマスクをして眠った。今朝は少しは喉の調子はよい。
息子が通信販売で湿度計を頼んでくれた。
湿度はついつい怠ってしまう。
入院中は、温度湿度がコントロールされていて何も心配はしなかった。自宅ではそうはいかない。
食欲細り、昨晩はレバニラにホウレン草おしたしにホウレン草味噌汁。ごは

んをお茶漬けでかきこんだ。シバ漬けがおいしい。

２０１７年10月11日

○７回目の終了・８回目の治療通院治療の１日目

２０１７年10月11日水曜５時59分晴れ７回目の治療の22日目。８回目の治療の１日目。

今日から８回目の治療がはじまる。

昨日は朝散歩の後、乾燥喉に違和感があって、10時のスーパーへの買い物と16時の散歩を止めた。ウイルスを受け取りやすい環境だからだ。

発熱はしていないので、風邪ではないのだろう。

今朝の散歩も止めた。

今朝体重５４・８体温３６・２血圧１１８－63脈拍76ウンチ、散歩を中止。

夜のオシッコは２回で９００ｃｃ。

なんでもない平穏の数値なのだが、乾燥喉はけっこう辛い。鼻水が大量に出る。

今日発熱すると８回目の治療は中止になるだろう。ガンバってどうなるものでもないので、マスクをして人ごみに行かないことだが、病院に行くのでそうはいかない。

食欲細り、昨日はカレーライス。買い物に行かないのでメニューに困るが、おいしかった。

２０１７年10月12日木曜６時16分曇り８回目の治療の２日目。

昨日から８回目の治療がはじまる。乾燥喉と抗がん剤で調子が最悪。ただ、点滴抗がん剤の最後に針を抜いて止めたのだが、私がオシッコに向かおうとして、針の部分から血が流れた。私の左腕を流れたのだが、一滴シーツに落ちた。それがたまたまだがハートになった。スマホで写真を撮った。

こんな珍しいことはない。

身体も気分も最悪なのだが、なんだか励ましてくれている気分になった。

調子も気分も最悪なので食欲も最悪。すきやのうなぎ牛を息子がテイクアウトしてきた。すごいおいしいのだが、すこし残してしまった。

今朝体重５５・６体温３６・３血圧１１１－58脈拍77散歩は途中で止めたウンチはまだない。
また体重を下げる戦いになる。乾燥喉も食欲細りも気になる。
２０１７年10月13日金曜６時０分雨８回目の治療の３日目。頭髪が少ししかなくなった。気がつかなかったが鼻毛もない。鼻毛は、ウイルスやゴミを止めてくれて空気を湿らすために曲がりくねっている鼻の湿度を保つ役割の補助をしている。
私には鼻毛がない。知っているのに悔しい。５回目の治療まで入院していた。病院では湿度50％台に管理されていた。８月28日から外来治療になって、小平の自宅の湿度をウオッチすることに手抜かっていた。何度か乾燥喉になっていたのだが気がつかなかった。
鼻毛がないのだからウイルスもゴミも平気で入ってくる。ただでさえ白血球が副作用で少ない。風邪にならない方がおかしいかも。
それでも今日まで持ちこたえてきた。昨晩フトンで気がついて。ずっとマスクで眠った。
外出するときはマスクで帰ったら手洗いを守ってきたが、そうではない。
副作用で鼻毛がなくなるから、終日寝るときもマスクをしましょうなのだ。
抗がん剤と乾燥喉で体調が良くない。残念だ。今回はなんとか乗り切りたい。
昨日も外出しなかった。
息子に太巻きを頼んだら、ギョーザシュウマイ太巻きいなりすしかんぴょう巻きカキフライ白身魚のフライ麺ものを買ってきた。ギョーザシュウマイ太巻きいなりすしかんぴょう巻きをすこしづつ食べて完食だろう。
今日も雨なので買い物にも行けそうもない。丁度良かった。
体重５６・０体温３６・０血圧１３２－67脈拍76散歩は雨で中止ウンチはまだ。
体重が増えている。また粉砕ガンとオシッコの戦いだ。
２０１７年10月14日土曜５時48分雨８回目の治療の４日目。
今日は、私の苦手の抗がん剤の点滴に行く。鼻毛がないことの鼻の乾燥が止まらずに時々セキも出て辛い。しかし発熱しないのでウイルスの侵入は防いでいるのだろう。

昨日も雨ではあるが全く外出しなかった。散歩もできない。
今は、ウイルスが侵入する条件が整っているので、ウイルスを受け取る場所に行かないことだろう。
買い物にも行かないので、冷蔵庫がガラガラになった。
今日は、午前中に終るので、息子の車でいつものスーパーマーケットでお昼と少しの食料を買ってこようと思う。これから先雨続きらしいので買い置きしないといけないだろう。
昨日は、残りの食料でモツドンブリをやった。３日ぶりに自分で調理した。完食した。
今朝体重５６・２体温３６・２血圧１２８－61脈拍76散歩は雨で中止ウンチはまだない。
夜のオシッコは２回で６００ｃｃで少ない。気になるが、７回目の治療の４日目は５６・３だった。同じ経過なのだろう。
ただ、鼻毛のない鼻乾燥で少しのセキで気分が良くないことが異なっている。
２０１７年10月15日日曜６時27分曇り８回目の治療の５日目。
昨日は苦手の抗がん剤と鼻毛のない鼻乾燥でのセキで辛かった。夜も何度もセキで起きた。
今朝久しぶりに散歩ができた。ポツリと降ってはいた。
今朝体重５７・０体温３５・８血圧１３３－65脈拍62散歩ウンチ。
むくんでいる。散歩から帰ると脚のむくみは消えていると思う。夜中のオシッコは３回で８００ｃｃ。粉砕ガンを排出し切れていない。眠いがツレも便秘もない。
お昼は病院から帰りにうどん屋でうどん。行きつけのスーパーマーケットに寄って買い物。
夜は親子丼をやった。かきこめるからだが、まだ見た目の工夫が必要。おいしくないわけではないのでかきこんで完食した。
明日月曜日に、白血球の注射に病院に行く。
徒歩で電車になる。前回大き目のザックで電車に乗りずらかったので、明日は、最小のザックで行くことにしよう。傘が必要かも。鼻乾燥のセキが気になる。

２０１７年10月16日月曜５時45分雨８回目の治療の６日目。外は雨のようだ。散歩は行かない。今日は白血球の注射で病院に行く。３回目の電車と徒歩だ。電車でジャマになるので小さいザックにした。
体重５６・８体温３６・１血圧１５２－81脈拍64雨で散歩はなしウンチ。
オシッコ８００ｃｃで少し体重が減った。
血圧が１５８もあって眠られなかった。雨を気にしてだ。
むくみはあるようだ。ツレはない便秘もない。
鼻乾燥のセキも気になるが、夜中からセキがなくなったかもしれないが、今朝はまだ乾燥している感じがある。
体調はいいかもしれないが気分は良くない。
昨日の夕食はマーボ豆腐を丼にしてかきこんだ。大量に完食した。

『２０１７年８月ガンと闘っている』

２０１７年

げんじあきら

『ガンになったことがない』を読んでいただきたい
『２０１７年５月ガン患者になった』を読んでいただきたい
『２０１７年７月ガンと闘っている』を読んでいただきたい

２０１７年８月ガンと闘っている

著者　　　　げんじあきら